こんね！四季を彩るロマンのまち西都

お知らせ information

NO.1085
2009
2.1

編集・発行　西都市役所総務課
TEL0983(43)1111　FAX0983(43)2067
発行　毎月1日・15日

contents

1 臨時・非常勤職員の募集について
2 県立西都原考古博物館　平成21年度非常勤職員の募集について
3 西都市協働の指針（案）パブリックコメント（意見募集）手続きを実施
山村定住住宅（さじき野住宅）入居者募集
4 西都菜の花レディー募集
西都市勤労青少年ホーム　パソコンエクセル初級講座
ルピナスパーク　ガーデニング教室参加者募集
5 ウインドミル投法（ソフトボール）教室のお知らせ
「西都高等職業訓練校」訓練生募集中
6 共同募金の配分を希望する団体を募集します
赤い羽根共同募金民間活動助成事業の募集について
7 『逢初ひなまつり（2月8日～3月3日）』開催のお知らせ
8 東京ヤクルトスワローズ春季キャンプ開催
Jリーグ等（大宮アルディージャ・FC岐阜・FC琉球）春季キャンプ
9 働く婦人の家　“いきいき人生のための3つの講演会”開催
「協働の地域づくり講演会」を開催します
10 無料人権相談所が開かれます
心とからだいきいき元気講演会
11 西都市市民活動団体ネットワーク協議会　活動紹介イベントの開催
受け継がれる地域の歌や音楽　50年の軌跡コンサート
12 放課後児童クラブ会員を募集します
西都市地域子育て支援センター(つばさ館)だより
13 西都市児童館　2月の行事
14 あなたのパソコンは大丈夫ですか？
国民年金の保険料は口座振替・前納がお得
15 恩給欠格者、戦後強制抑留者、引揚者の皆様へ
宅内排水工事のお願いと依頼について
指定工事店登録更新について
宮崎県最低賃金は『627円／時間』です
16 退職者医療制度見直しに伴う保険証などの切り替えについて
生ごみ処理機器購入費の補助について
資源ごみ（金属類）のごみの出し方について
17 テレビジョン放送受信料補助金の交付について
18 子宮がん集団検診（20歳以上）があります
乳がん検診のご案内
19 2月1日から7日は、生活習慣病予防週間です
歯っぴーきっず（2歳児歯科健診）
映画「39枚の年賀状」上映

■読み終わったら、日付と名前を書いてすぐに回しましょう。

月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日
月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日	月　日

＊お知らせは市ホームページでも閲覧できます。　URL・・・http://www.city.saito.miyazaki.jp

information 1

臨時･非常勤職員の募集について

平成２１年４月より西都市役所等に勤務する臨時・非常勤職員の募集について、次のようにお知らせします。

職種及び勤務条件等

職　種	勤　務　時　間	賃　金	勤　務　日	勤　務　場　所
一般事務（臨　時）	８：３０～１７：００	日額　５，７００円	月～金曜日	市役所及び市関係施設
一般事務（非常勤）	週２９時間以内	時間給　　７３０円	月～金曜日	市役所及び市関係施設
保 育 士（臨　時）	８：３０～１７：００	日額　６，２００円	月～土曜日	保　育　所

※注１　保育士（臨時）については土曜日の出勤時間が８：３０～１２：３０になります。
※注２　保育士については資格が必要です。
※注３　非常勤職員については勤務場所によって勤務時間が異なる場合があります。
※注４　雇用予定者が少数となっていますのでご了解下さい。

募　集　期　間　平成２１年２月２日（月曜）～ 平成２１年２月２７日（金曜）　ただし、土・日曜日は除く。

受　付　時　間　９：００　～　１７：００

受　付　場　所　西都市役所　総務課　職員係　（本庁舎３階）

申　込　手　続　履歴書に必要事項を自筆し、必ず写真を貼付の上、提出して下さい。

履歴書の有効期間　平成２１年４月１日 ～ 平成２２年３月３１日

応　募　資　格　西都市在住で１８歳以上の健康な男女（保育士については市外の方も応募できます）
ただし、次に該当する人は応募資格がありません。
・成年被後見人及び被保佐人
・禁固以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで、またはその執行を受けることがなくなるまでの人。

雇　用　方　法　平成２１年度中、市役所等で臨時・非常勤職員が必要になった時、登録された人の中から選考により、その都度雇用します。　なお、希望職種どおりにならない場合もあります。

雇　用　期　間　６ヶ月以内（更新することもあります）

福　利　厚　生　社会保険（健康保険、厚生年金保険）、労災・雇用保険、有給休暇制度有り。

そ　の　他　採用された場合、雇用期間中は原則として許可がないと他の仕事をすることはできません。
履歴書の有効期限は平成２２年３月末日までとし、その間採用されなかった場合は返却します。
雇用確保のため他の公共的団体等への紹介をする場合がありますが、支障がある場合は受付時にお申し出下さい。

西都市役所総務課職員係　℡０９８３-４３-１１１１（内線３００８）

県立西都原考古博物館　平成２１年度非常勤職員の募集について

１　職　　種　　１ 西都原体験学習指導員　　２ 考古資料整理保存等専門員
２　業務内容　　１ 西都原古代生活体験館体験学習指導業務等　　２ 西都原考古博物館考古資料整理保存業務等
３　募集者数　　若干名
４　勤務条件　　１　西都原体験学習指導員
・勤務場所　　西都原古代生活体験館　西都市大字三宅字西都原西５６７０番
・勤務形態　　月１５日以内（１日８時間、休憩時間を除く）ただし、土曜、日曜、国民の祝日の勤務あり
・服　　務　　正職員に準ずる（地方公務員法の服務義務）
・賃 金 等　　日額（平成２０年度７，５１０円）、社会保険適用、諸手当無し、昇給無し、賞与無し
・雇用期間　　平成２１年４月２日～平成２２年３月３１日
２ 考古資料整理保存等専門員
・勤務場所　　西都原考古博物館　西都市大字三宅字西都原西５６７０番
・勤務形態　　月２０日以内（１日６時間、休憩時間を除く）ただし、土曜、日曜、国民の祝日の勤務あり
・服　　務　　正職員に準ずる（地方公務員法の服務義務）
・賃 金 等　　日額 （平成２０年度７，９９０円）雇用保険・社会保険適用、諸手当無し、昇給無し、賞与無し
・雇用期間　　平成２１年４月２日～平成２２年３月３１日
５　選考方法　　書類選考および面接試験
６　面接期日　　平成２１年２月２５日（水曜）県立西都原考古博物館
７　応募条件　　・健康で西都市およびその近隣に在住で通勤可能、パソコン操作可能な方
・次のいずれかに該当する者は応募できません
①成年被後見人または被保佐人
②禁固刑以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることが無くなるまでの期間
③宮崎県職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から２年を経過しない者
④日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入した者
８　応募方法　　・提出書類
本館所定の履歴書に写真を貼付し、直接県立西都原考古博物館へ持参　※履歴書は県立西都原考古博物館で配布
・応募期間
２月７日（土曜）から２月１４日（土曜）必着 （受付時間　午前１０時から午後５時まで　ただし、９日（月曜）は除く）
・申込み・問合わせ先
県立西都原考古博物館　管理担当　副主幹　児玉 博喜　西都市大字三宅字西都原西５６７０番　　電話 ０９８３－４１－００４１

西都市協働の指針（案）についてパブリックコメント（意見募集）手続きを実施します

本市では、協働のまちづくりを進めていく上で必要な共通認識、基本的な考え方、ルール等を示すものとして、「西都市協働の指針」の策定を進めています。

このたび、市民代表等からなる西都市市民協働推進委員会において「西都市協働の指針（案）」検討結果報告書が提出された事を受け、「西都市協働の指針（案）」について、下記のとおりパブリックコメント（意見募集）を実施します。

市民のみなさんのご意見をお聞かせください。

記

1　実施期間　２月２日（月曜）～３月４日（水曜）

2　公表場所　市情報コーナー、各支所での閲覧
　　市ホームページへの掲載

3　意見提出方法
上記期間に、意見および住所、氏名、連絡先等を書いて、郵便、FAX、電子メールおよび持参により、市民協働推進課市民協働推進係まで提出してください。

郵便　〒881-8501　西都市聖陵町２丁目１番地
　　西都市役所市民協働推進課宛
FAX　総務課代表　(0983)43-2067
E-mail　kyodo@saito-city.jp

文書取扱　市民協働推進課 市民協働推進係　電話 ４３－１２０４

山村定住住宅：さじき野住宅入居者募集

西都市では、山村定住木造住宅、さじき野住宅（空家）の補充入居者を募集します。

◎住宅の概要

募集戸数	１戸
場　所	上三財（桟敷野） 西都市大字上三財3450番地3
構　造	木造平家
間取り	４ＤＫ
家　賃	３２，０００円

◎申込資格
- 定住の意思があること。
- 同居親族があること。
- 現に居住する住宅を所有していないこと。
  ただし、当該住宅の入居時点までにその所有する住宅を処分する場合は申込み可能。現在、公営住宅の入居者も申込み可能。
- 区市町村税を滞納していないこと。

◎募集の日程等
- ●申込書配布開始日　２月２日(月曜日)
- ●申込書提出期限　２月２７日(金曜日)
- ●抽選会期日　３月６日(金曜日)

※申込書配布、申込書提出先は建築住宅課住宅係まで、本人または代理の方が直接持参して下さい。

●入居開始は平成２１年３月中旬の予定です。

【お問い合わせ先】
建築住宅課住宅係　☎４３－０３７９（課直通）

西都菜の花レディー募集

年間を通して各種催事に参加し、西都市の観光ＰＲに活躍していただく『西都菜の花レディー』を下記の要領で募集しています。
皆様方の職場やお近くに西都をアピールできる方、観光に興味がある方がいらっしゃいましたら、是非、ご推薦・ご応募してください。
よろしくお願いします。

１．主　　催　西都市観光協会
２．募集人数　２名
３．任　　期　平成２１年４月１日～平成２２年３月３１日までの１年間
４．応募資格　①西都市内に在住、もしくは、市内事業所などに勤務している方（ただし、高校生の場合は平成２１年３月に高校卒業見込みの方も対象になります）で満１８歳以上の健康な未婚女性
②各種催事のほか、関係機関からの催事参加要請に対応できる人
③普通免許取得の方
④自薦・他薦は問いません
５．応募方法　履歴書に必要事項と身長、応募の動機を記入のうえ、６ヶ月以内に撮影した顔写真（縦4㎝×横３㎝）及び全身写真（サービスカラーサイズ）を添えてお申し込みください
郵送でも結構です
※応募書類は返却いたしません
６．応 募 先　西都市観光協会
〒８８１－００１５　西都市聖陵町１－８８
℡０９８３－４１－１５５７
７．募集期間　２月２日（月曜）～２７日（金曜）（必着）
８．　　賞　・認定証および記念品
・副賞として旅行クーポン券（海外・国内共通）

（文書取扱：西都市観光協会）

西都市勤労青少年ホーム
パソコンエクセル初級講座のお知らせ

西都市勤労青少年ホームでは、２月からエクセル教室を開きます。
文字入力等の基本的なパソコン操作ができる方を対象に、職場で活かせる技能習得を目指します。ご自分のパソコンがない方も、教室で無料貸し出しますので、安心してご参加下さい。

● 日　程：２月１９・２６日／３月５・１２・１９日
（毎週木曜日　全５回）
● 時　間：午後７時３０分　～　午後９時３０分
● 準備するもの：筆記用具・パソコン（持ち込める方のみで結構です）
● 対象者：西都市にお住まいか、勤務先のある３０歳代までの方
● 費　用：ﾃｷｽﾄ代（2,000円程度）・友の会費（未加入の方）1,000円
● 申　込：TEL：４３－３１４１（勤労青少年ホーム）
（受付時間：月曜から土曜の午後1時～午後10時まで）
またはホームにて直接お申込み下さい
お申込みの際、住所・氏名・電話番号等をお教え下さい
● 場 所：市立図書館と中央公民館の間にある体育館です
● 締め切り：２月１４日（土曜日）

（文書取扱:商工観光課）

ルピナスパークの生涯学習教室

「ガーデニング教室」参加者募集！

●対象：ガーデニングに興味のある方
●期日：２月２２日（日）
●時間：１３時～１５時（１２時３０分～１３時受付）
●内容：手作りスタンドを使った春の寄せ植え
●参加費：１，５００円
●募集人員：２０名（先着順）
●場所：ルピナスパーク農業科学館１階イベントホール（高鍋町）
●申し込み・問い合わせ
県立農業大学校　農業総合研修センター
電話：０９８３－２３－７４４７（月～金・８時３０分～１７時）

市内　小・中・高校生の皆さん
ソフトボール愛好者（市民）の皆さん

西都市ソフトボール協会長　相澤　潔

ウインドミル投法（ソフトボール）教室のお知らせ

昨年の北京オリンピックでの日本女子チームの活躍はすばらしかったですね。

特に、上野投手の力投はすばらしいものでした。

西都市ソフトボール協会では、この上野投手が投げていた「ウインドミル投法」のピッチング教室を下記の内容で行います。

小・中・高校生と一般（青年からシニアまで）の皆さん、ウインドミル投法を練習してみませんか。数週間で投げられるようになります。気軽に参加してください。

記

1　期　間　　2月　～　7月の期間
2　場　所　　西都原運動公園「陸上競技場」
3　日　時　　○小・中・高校生～（小・中学生は保護者の送迎があること）
　　毎週　水曜日　17時　～　18時（薄暮）
　　○ソフトボール愛好者　（青年～シニア）
　　毎週　土曜日　17時　～　18時（薄暮）

4　参加費　　無料（参加者はグローブとボール1個を持参する）
5　申し込み　　市ソフトボール協会　090-2088-9157　松浦
　　電話で申し込んでください
　　(申し込みは期間中、随時受付)

※　悪天候の場合は中止

（文書取扱：スポーツ振興課）

「西都高等職業訓練校」訓練生募集中！

【木造建築科】（認定訓練 普通課程 2年間）　　締切日 3月末
○募集人数：若干名　　○負　担　金：90,000円
○訓練期間：平成21年4月から　　○訓　練　日：月に3回（水曜日）
○訓練時間：8時30分～16時50分
※関係事業所に勤務され、雇用保険・労働保険(特別加入)の加入が必要

【洋　裁　科】（その他の訓練）

	もんぺコース	手作り入園・入学準備コース
訓　練　日	2/23(月曜)･2/26(木曜)･3/2(月曜)	3/5(木曜)･3/9(月曜)･3/12(木曜)
訓練時間	10時　～　16時	10時　～　16時
受　講　料	5,000円	5,000円
講　師	岩見万喜子　他	岩見万喜子　他
備　考	39枚の年賀状で“もんぺ”を製作された生徒さんも講師として参加	レッスンバック・スモッグ等の製作を行います。
募集人員	8名	8名

【和　裁　科】　4月以降に着付け作法を予定しています。

【パソコン科】　募集人員　各10名以上

①やさしいパソコン入門講座（全6回12時間）	2/23～3/12の月曜・木曜 10時～12時	受講料 5,000円
②インターネット・メール体験講座（全6回12時間）	2/23～3/12の月曜・木曜 14時～16時	受講料 5,000円
③ワープロ基礎講座Word2003（全7回17．5時間）	2/24～3/16の火曜・金曜 13時30分～16時	受講料 7,500円
④表計算基礎講座Excel2003（全7回21時間）	2/24～3/16の火曜・金曜 18時30分～21時30分	受講料 10,000円

※　募集人数に達しない場合は開講できないこともあります
《お問い合わせ先》西都高等職業訓練校　電話番号 0983－43－1087

（文書取扱：商工観光課）

～平成２１年度赤い羽根共同募金運動による平成２２年度配分事業～

「共同募金の配分を希望する団体を募集します」

市民の皆様には日頃より共同募金へのご理解ご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

さて、本会では、共同募金の配分を財源にした地域福祉活動の取り組みや新たな掘り起こしを推進するために、「平成２１年度の赤い羽根共同募金運動による平成２２年度実施の配分事業」を募集しますので、配分申請を希望される団体は下記にご留意の上、お申し込みください。

記

１.配分対象団体

市内に所在し、地域福祉活動に積極的・先駆的な取り組みをしている団体

２.配分対象事業

平成２２年度に実施する地域福祉活動事業

３.応募方法

本会へ2月１７日（火曜）までにお電話にてお申込ください。その後、配分説明会のご案内をいたします。

４.配分説明会について

①日　時　　2月１９日（木曜）午後７時より

②会　場　　西都市総合福祉センター集会室（大字清水１０４８番地）

③内　容　　配分基準および申請書の記入方法の説明など

※配分申請をできる団体は、例年原則として説明会に出席された団体に限らせていただいておりますので、団体の長、若しくは事務担当の方は必ずご出席ください。

５．お問い合わせ先

宮崎県共同募金会西都市支会事務局≪西都市社会福祉協議会　総務課総務係≫
西都市大字清水１０４８番地（市総合福祉センター内）℡（４３－３１６０）

赤い羽根共同募金民間活動助成事業の募集について

市民のみなさまには日頃より共同募金へのご理解ご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

さて、宮崎県共同募金会が「平成２０年度共同募金運動による平成２１年度配分事業(県特別配分)」を募集しておりますのでお知らせいたします。

申請をご希望される団体は、下記にご留意の上、お申し込みください。

記

１．趣旨

住民の参加・協力により、独自性を持って自ら地域福祉の問題を解決していくための事業や、身近な問題を先取りするような事業など、草の根の活動を支援するために助成事業を実施する。

２．配分対象団体

県内で、ボランティア活動や非営利事業を行っているグループや住民団体

３.配分対象事業

平成２１年度に実施する事業を対象とし、原則として平成２２年３月末日までに完了する事業

４.配分基準額

１団体につき１事業とし、最高限度額は３０万円、最低限度額は１０万円

５.留意事項

対象団体および事業にはいくつかの該当要件がありますので、詳細はお問い合わせください。

６.申請方法

本会に申請書を備えておりますので、希望される団体はお越しいただき、必要事項を記入の上、２月１７日（火曜）までに提出してください。

７.お問い合わせ先

宮崎県共同募金会西都市支会事務局≪西都市社会福祉協議会　総務課総務係≫
西都市大字清水１０４８番地（市総合福祉センター内）℡（４３－３１６０）

『逢初ひなまつり（２月８日～３月３日）』開催のお知らせ

地域の宝である子どもの健やかな成長と幸せを願い、昨年好評でした「逢初ひなまつり」を、２月８日から３月３日の間、市街地商店街で開催いたします。期間中は、商店街にひな飾りの展示の外、雛人形づくり教室やスタンプラリーなどを計画しています。

ご家族、お友達お誘いのうえ、是非、期間中ご来場ください。お待ちしています。

☆ 逢初ひなまつりイベント（主催：逢初ひなまつり実行委員会）

○オープニングイベント 会場：えびす通り 日時：２月８日(日曜)　7時30分～	えびす通り商店街の“えびす朝市”でオープニングイベント。恒例の「朝粥」、「朝市」を実施します。来場者先着１００名に「桜餅」をプレゼント。その他の内容については当日をお楽しみに！
○逢初スタンプラリー 期間：２月８日(日曜)～３月３日(火曜)	３箇所の逢初スタンプラリー会場(「都萬神社」、「このはな館」、「まちなかギャラリー夢たまご」を回ってスタンプを集めご応募ください。参加賞と期間終了後に抽選で１０名の方に景品をプレゼントします。※応募用紙は各会場にあります。
○子供達の雛飾り作品の展示 期間：２月８日(日曜)～３月３日(火曜)	ひなまつり会場の各店舗に市内の保育所、保育園、幼稚園の子供たちがつくってくれた“楽しい”“かわいい”雛飾りを展示します。
○この雛人形を探せ！（小中学生対象） 期間：２月８日(日曜)～３月３日(火曜)	ひなまつり会場の商店街を回って指名手配の３人の雛人形を探そう。それぞれの雛人形についているキーワードを集めて「まちなかギャラリー夢たまご」で参加賞をゲット！期間終了後に抽選で１０名の方に景品をプレゼント。※参加用紙は「まちなかギャラリー夢たまご」にあります。
○ウサギの雛人形づくり教室	《１回目》日時：２月１４日(土曜)　13時30分～15時30分　会場：生きがい交流広場（平助通り） 《２回目》日時：２月２１日(土曜)　10時～12時　会場：パオセンターコート（小野崎通り） かわいいウサギのお内裏様とお雛様を作ってみませんか?　参加料300円。 申込みは商工観光課（電話43-3222）まで。
○桜茶サービス 日時：２月１４日（土曜）12時～	平助通りにて、正午より先着１００名様に「桜茶」を振る舞います。是非、お越しください。
○ひなまつり街道展 会場：まちなかギャラリー夢たまご 期間：２月２４日(火曜)～３月８日(日曜)	畳３畳の庭園雛や雛人形の展示のほか、心温まる逢初エピソードの展示や雛祭の由来やしきたりのパネルを展示します。また、２月２８日、２９日の二日間は野点（100円/杯）を実施。美味しい和菓子とお茶をご賞味ください。
○メインイベント 会場：小野崎通りあいそめ広場 日時：２月２８日(土曜)　10時～	「桃の節句イベント実行委員会」主催により「ＰＵＲＥ（ピュール）」クラシックコンサートや子供達による演奏会を行います。また10時30分より餅つきとつきたて餅の配布を行います。
○森の仲道ひなロードスタンプラリー 期間：２月７日(土曜)～３月３日(火曜)	奥宮崎広域観光協議会の３市町村のイベント会場「まちなかギャラリー夢たまご(西都市小野崎通り)」、「酒泉の杜(綾町)」、「ゆたーと(西米良村)」を回ってスタンプを集めてご応募ください。期間終了後に抽選で景品をプレゼント。※応募用紙は各会場にあります。

（文書取扱：商工観光課商工振興係　電話４３－３２２２）

2009東京ヤクルトスワローズ春季キャンプ開催

今年も２月１６日（月）から３月１日（日）まで東京ヤクルトスワローズが西都原運動公園野球場にて春季キャンプを行います。市民の皆さん球場へ足をお運びいただき、スワローズを応援しましょう!!

期　　間：２月１６日（月曜）～３月１日（日曜）

場　　所：西都原運動公園野球場

休 養 日：２月２０日（金曜）・２５日（水曜）
※　あくまでも予定ですので、天候等の影響により変更・追加される場合があります

イベント：◇**歓迎セレモニー**
２月１６日（月曜）９時より市役所玄関前広場にて行われる予定ですので、市民の皆さんぜひご参加下さい!!

◇**サイン会**（日程は未定ですが土・日曜日に実施する予定です）
１２時から１３時の間に１５分程度、野球場横で実施予定です
※　当日の観客数によっては中止になる場合があります

◇**練習試合**（対福岡ソフトバンクＢ組）
２月２８日（土曜）場所：アイビースタジアム
３月　１日（日曜）場所：西都原運動公園野球場
※　試合開始時間は現時点では未定です。

※　これら以外にも市民との交流事業としまして、少年野球教室・交通安全街頭キャンペーン・福祉施設訪問等のイベントも予定されています。

【問合せ先】ヤクルトスワローズ等協力部会事務局
西都市商工観光課　スポーツランド推進係　TEL：43－3222

Jリーグ等2009 西都春季キャンプ開催!!
大宮アルディージャ(J1)・FC岐阜(J2)・FC琉球(JFL)

今年も下記の日程でＪ１チームの大宮アルディージャ、Ｊ２チームのＦＣ岐阜、ＪＦＬチームのＦＣ琉球が清水台総合公園にて春季キャンプを行います。市民の皆さん、グラウンドへ足をお運びいただき、キャンプチームを応援しましょう!!

《大宮アルディージャ》
さいたま市をホームタウンとし、ＪＦＬ・Ｊ２リーグを経て２００５年からＪ１リーグに昇格したチームで、毎年本市サッカー少年団選抜チーム等が交流事業を実施しています。本市でのキャンプは４年ぶり６回目となります。
キャンプ日程：２月 16 日（月曜）～２月 19 日（木曜）
場　　所：清水台総合公園多目的広場Ｂ面
イ ベ ン ト：２月 16 日（月曜）９時 30 分より上記グラウンドで歓迎セレモニーを実施予定ですので市民の皆さんぜひご参加下さい。

《ＦＣ岐阜》
岐阜市を中心とした岐阜県全域をホームタウンとし、２００８年より初めてＪ２リーグに昇格した総合スポーツクラブを運営母体としたチームです。本市でのキャンプは昨年に引き続き２回目です。
キャンプ日程：２月 13 日（金曜）～２月 19 日（木曜）
場　　所：清水台総合公園多目的広場Ｃ面
イ ベ ン ト：２月 13 日（金曜）10 時 30 分より上記グラウンドで歓迎セレモニーを実施予定ですので市民の皆さんぜひご参加下さい。

〔ＦＣ琉球〕
沖縄県をホームタウンとし、現在はＪＦＬ(日本フットボールリーグ)に所属していますが、将来はＪリーグ昇格を目指し元日本代表監督のフィリップ・トルシエ氏が総監督を務めるチームです。本市でのキャンプは初めてとなります。
キャンプ日程：２月 21 日（土曜）～３月１日（日曜）
場　　所：清水台総合公園多目的広場Ｃ面

※　キャンプ期間中はプロ・学生チーム等との練習試合も行われる予定です

【問合せ先】Ｊリーグ等サッカー協力部会事務局
西都市商工観光課　スポーツランド推進係　TEL：43－3222

西 都 市 働 く 婦 人 の 家

“いきいき人生のための３つの講演会”開催のお知らせ　―ステップその３―

西都市働く婦人の家では、１２月から２月にかけて、男女共同参画社会の推進のため、いきいきと暮らすための３つの講演会を開催しています。
今回の講演が最終回となります。男性のご参加も大歓迎です！ご夫婦で、お友達同士で、どうぞお気軽にお越しください。

	日　　時	講演者	講演者の紹介	講演内容
第３回	２月２１日（土曜） 13 時 30 分～15 時	加藤（かとう）　優二（ゆうじ）	建築設計士 （優設計事務所代表）	おとなのしゃべり場のすすめ　～豊かな人生を送るために～

※　講演内容に若干変更がある場合があります。

１．　場所　：働く婦人の家（ショッピングセンターＰＡＯ２階）　軽運動室
２．　対象者：市内に在住・在勤の方　５０名程度
３．　お申込：西都市働く婦人の家　ＴＥＬ　４３－３１４２　※受付時間　月曜～土曜の９時～２０時３０分（土曜日は１６時まで）
４．　第２回講座の締切：平成２１年２月２０日（金曜日）１６時まで　※参加費は無料です

（文書取扱：商工観光課・市民協働推進課）

市民みんなが考え行動する西都市を目指して
「協働の地域づくり講演会」を開催します

西都市が住み良いまちであり続けることは、市民みんなの願いです。
その願いをかなえるためには、西都市で生活するあらゆる人々が協働し、市民が一緒になって、自分の地域をどうしていきたいか考え、１０年、２０年後を見据えた取り組みを進めていくことが求められています。
このたび、先進的な取り組みを行っている自治体から講師を迎え、下記のとおり「協働の地域づくり講演会」を開催します。
住民が互いに支え合う力「地域力」を高めていくための講演会にしたいと考えています。多くの市民の皆さんの参加をお願いします。

■日　時　　２月２６日（木曜）　午後７時から
■場　所　　西都市コミュニティセンター　３階　研修室
■講　師　　山梨県　都留市まちづくり市民活動支援センター　センター長　　清水王也　氏
■演　題　　２１世紀のキーワード“協働”　～都留市における協働のまちづくりと、その課題について～

■講師プロフィール
証券会社退職後、地域に根ざした活動を続けられ、都留市７地区（旧町村単位）における協働のパートナーとなる地域組織「地域協働のまちづくり推進会」の設立に尽力されました。現在、都留市まちづくり支援センターのセンター長として、「地域協働まちづくり推進会」の活動支援の他、様々な分野の市民活動団体やボランティアの支援を行っておられます。

お問い合わせ　　市民協働推進課 市民協働推進係　電話４３－１２０４

無料人権相談所が開かれます

家庭内の問題（夫婦、親子、結婚、離婚、相続など）や、隣近所とのもめごと、いじめ、体罰などの問題に関するご相談をお受けします。
相談は無料で秘密厳守になっておりますので、お気軽においでください。

☆日　時　　平成２１年２月１７日（火曜）午前１０時から午後３時まで
☆場　所　　市役所南庁舎１階（西都保健所跡）
☆相談員　　人権擁護委員　中武　寛　委員、人権擁護委員　松尾　清實　委員

なお、都合のつかない方は、下記の隣接自治体でもご相談をお受けしております。相談時間はいずれも**午前１０時から午後３時まで**となっております。

２月　６日（金）　国富町総合福祉センター
２月１２日（木）　新富町新田公民館、佐土原地区公民館、木城町福祉保健センター、川南町公民館
２月１３日（金）　都農町老人福祉館

※この他、宮崎地方法務局人権擁護課(℡０９８５－２２－５１２４)でも、**平日午前８時３０分から午後５時１５分まで**随時相談をお受けしております。

（文書取扱：市民協働推進課）

参加者募集中～申し込み締め切りは 2 月 24 日（火）の先着 150 名です。お申し込みはお早めに!

心とからだいきいき元気講演会　～メタボリックシンドロームの予防・改善について楽しく学ぼう～

メタボリックシンドロームって何？予防・改善するためにはどうしたらいいの？そのヒントが盛りだくさんです。
笑いあり、納得あり、気づきあり、そして今日からできる生活のヒントを具体的にお知らせします。多数の参加をお待ちしています。参加は無料、年齢制限もありません。この講演会に参加して心とからだいきいき元気になりませんか。

〈先生のプロフィール〉
愛媛大学落語研究会に所属して芸を磨き、現在は財団新居浜病院の副院長を務める他精神科医とアマチュア落語家という二足のわらじを同時に履いて、地域の精神保健福祉の充実と落語の振興を目指して活躍されています。「日本笑い学会四国支部」代表で毎週ラジオにもレギュラー出演中。昨年は宮崎市でも講演され大好評だったそうです。

日時　　3 月 3 日（火）　13：30　～　16：30
★13 時 40 分～15 時 10 分　講演会　「笑いと健康」
（講師）　精神科医　アマチュア落語家　枝廣篤昌（えだひろあつまさ）氏
★15 時 20 分～15 時 50 分　　楽しくからだを動かそう!!
（講師）　健康運動指導士　日吉眞理子氏
★15 時 50 分～16 時 30 分　　おいしく食べてメタボ撃退
・食生活改善推進員による試食があります。
・管理栄養士による食事のヒントも聞けますよ。
※その他　保健師・管理栄養士による個別相談など健康に関する情報が盛りだくさんです。運動のできる服装でおいでください。
場所　　西都市コミュニティセンター
※駐車場が少ないので、できるだけ乗りあわせでお越し下さい。
（問い合わせおよび申し込み先）健康管理課　℡　43－0378

市民活動に参加してみませんか
西都市市民活動団体ネットワーク協議会
活動紹介イベントの開催について

市内には、さまざまな場所で、さまざまな活動を続けている市民活動団体があります。そして、その様な団体の活動を知ることは、市民の生活に大きな力やヒントを与え、既に活動を行っている市民にとっても他の団体と交流するきっかけとなり、活動の幅を広げることができると考えます。

そんな思いから、下記のとおり市民活動団体の活動紹介イベントを開催します。

同日、市制施行５０周年記念事業「受け継がれる地域の歌や音楽５０周年の軌跡コンサート」も行われます。多くの市民の皆さんのご来場をお待ちしています。

開催日時　：　平成２１年2月２２日（日曜）１２時～
開催場所　：　西都市民会館　談話展示室
主　　催　：　西都市市民活動団体ネットワーク協議会
※参加予定団体　西都市赤十字奉仕団
西都・児湯からいも国際交流実行委員会西都支部「めぶき」
九州女王国（邪馬台国）研究会
特定非営利活動法人　iさいと
特定非営利活動法人　さいと旗たて会
西都ウォーキングクラブ
特定非営利活動法人　エコライフ・西都
どろんこバレー実行委員会
西都はにわ生活学校　（順不同）

（文書取扱：市民協働推進課市民協働推進係）

西都ゆかりの曲を一同に集め生演奏で送る歌のプレゼント
受け継がれる地域の歌や音楽
５０年の軌跡コンサート

入場無料

日 時 ： 平成２１年2月２２日（日）
一部１３時～　二部１５時～
場 所 ： 西都市民会館
主 催 ： 特定非営利活動法人　さいと旗たて会

●西都音頭（黒木美佳）　●西都 SunSun 音頭（黒木美佳）
●都於郡音頭　●西都市民歌（コール西都）　●西都物語（北原明）
●ロキシーヒルの歌（落合孝通・図師哲夫と仲間達）
●未来へ　●さよなら妻線（妻線廃線バンド）
●西都ハニワのパン屋さん（夢蔵）
●いつかこの場所で（薗元ＢＡＮＤ）●西都（西都オカリナキッズ）
●西都に歌い継がれる民謡（文化連盟の皆さん）
●逢初川（井上恵美子）　●大好きピーマン（落合ふみ子）
●西都物語「ロマン」（猪俣紀子）　他
＊当日、出演者や曲目の変更がある場合もあります。

全国で活動中の黒木美佳さんと北原明さんも参加し、楽しく元気の良いステージになりますので市民の皆様のご来場をお待ちしております。

同日、市民活動団体ネットワーク協議会の活動紹介ブースを開設します。市内の市民活動団体が独自の展示ブースを開き、市民とふれあい活動の楽しさを伝える催しです。各団体を訪ねクイズに答えると楽しいプレゼントがもらえる、クイズラリーも実施します。

日時：2月２２日（日）　１２時から１７時まで

（文書取扱：市民協働推進課市民協働推進係）

放課後児童クラブ会員を募集します

昼間、仕事などにより保護者がいない小学校低学年の児童の健全な育成を図るため、平成２１年度放課後児童クラブを次のとおり開設いたします。

１．児童クラブ概要

設置場所 … 愛育幼稚園（大字妻 909-15 TEL43-1163）
岩崎保育園（大字下三財 3324-1 TEL44-5032）
清水保育園（大字清水 291 TEL43-0741）
こどもの家保育園（白馬町 3 TEL43-1049）
白梅保育園（大字三宅 126-1 TEL43-0007）
稚児ヶ池保育園（大字三宅 4330-9 TEL42-2098）
穂北修学館（穂北小学校内 TEL43-3153）
（杉安保育所）
札の元保育所（大字三納 12485 TEL45-1352）
三財保育所（大字下三財 8170 TEL44-5114）
西都市児童館（下妻４丁目 TEL43-6117）

対象児童 … 市内の小学校に在学する小学１年生から３年生までの児童

開設期間 … 平成２１年４月１日から平成２２年３月３１日

入会定員 … 施設によって異なりますので希望する施設へお問い合わせ下さい。

活動時間 … 施設によって異なります。

休業日 … 日曜日および園（所）の休業日

会　費 … 会費および保険料が必要になりますので希望する施設へお問い合わせ下さい。

申込手続 … 希望する施設または、市福祉事務所・児童福祉係に備えてある児童クラブ入会申請書に必要事項を記入のうえ、希望する施設に提出してください。(３月１日から受付開始)

問い合わせ先…市福祉事務所・児童福祉係（ＴＥＬ43-0376 直通）

（文書取扱：福祉事務所 児童福祉係）

西都市地域子育て支援センター(つばさ館)だより

２００９年２月号

子育て支援センターは、主に家庭で子育てをしているお母様方とお子さんが集まり、情報交換したり、お子さんと一緒にみんなで遊べる交流の場です。(利用料は無料)

1月は、「お店屋さんごっこ」などの行事やお外遊びなどで、保育園児との交流を沢山持ち、支援センターのお友だちにも良い刺激になりました。年上の子に手をひかれて遊ぶ姿や、年下の子におもちゃを貸してあげる姿は微笑ましい光景ですよ☆

節分の豆まき

2月3日(火曜)11時～(予定)
日本の伝統行事の一つ！
オニを退治して今年一年元気にすごしましょう。
まく豆を入れる箱を作りたい場合は少し早めにお越し下さい。

バレンタインの製作

2月13日(金曜)10時30分～
親子で「チョコレート」を作って可愛くラッピングしてプレゼントしよう♪
(※材料費がかかります)
材料準備の関係がありますので、参加希望の方はお電話ください。

おやつを作ろう！

2月17日(火曜)
10時30分～
講師：栄養士　澁谷先生
簡単だけれど栄養満点なおやつをみんなで作ります。
(参加費は無料です)

２月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		節分の豆まき				休み
8	9	10	11	12	13	14
休み		紙芝居	休み		バレンタインの製作	休み
15	16	17	18	19	20	21
休み		おやつを作ろう！				休み
22	23	24	25	26	27	28
休み	←	「ひなまつり」の製作			誕生日会 →	休み

●手遊び・絵本の読み聞かせ・リズム遊びは毎日行っています！

◆つばさ館支援センター概要(駐車場はセンター横にあります)

☆住所	西都市白馬町３番地(こどもの家保育園内)
☆連絡先	ＴＥＬ:４３－１０４９、ＦＡＸ:４３－１０７９
☆利用時間	月～金曜　９時～１５時
☆子育て相談	電話・来園・訪問でのご相談をお受けします ※緊急の場合は、いつでもお越しください
☆育児情報誌の発行	活動内容の情報発信(毎月１回発行)
☆図書貸し出し	乳幼児向け絵本・母親向け書籍など
☆育児講座	年数回実施

西都市児童館　《電話・ファックス４３－６１１７》

土曜工作・・・紙で工作　（参加費 100 円）

【日時】２月１４日（土曜）１０時～１１時３０分
　　２月２８日（土曜）１０時～１１時３０分
今月は、折り紙や色画用紙、いろいろな紙を使って
飛び出すカードを作ってみましょう。
※参加者が多いときは順番待ちでお願いしますね！

☆ジュニアリーダーとバルーンアート☆

【日時】２月２１日（土曜）１３時３０分～１４時３０分
ジュニアリーダーのお兄さんお姉さんとバルーンアートをしてみましょう。風船をねじってお花や動物を作ります。

☆今月の行事☆この他いつでも遊びにきてください。

３日（火曜）このはな Kids 例会（豆まき）
６日（金曜）しなやか体操　７日（土曜）体操教室　大学生と遊ぼう
９日（月曜）パネルシアター「パレット」公演・・・幼児対象
１３日（金曜）親子で遊ぼう　和太鼓塾
１４日（土曜）土曜工作・一緒に遊ぼう（西都市保育会）
１５日（日曜）ピーチクラス（要申込：健康管理課）
１９日（木曜）読み聞かせ(西都市保育会)２０日（金曜）しなやか体操
２１日（土曜）体操教室　ジュニアリーダーとバルーンアート
２４日（火曜）子育て相談（西都市保育会）
２６日（木曜）在宅保育援助会員情報交換会　２７日（金曜）和太鼓塾
２８日（土曜）キッズカフェ事前研修　土曜工作
※毎週水曜日　読み聞かせ（お話の部屋）

【キッズカフェ　スタッフ募集】

児童館では西都市地域福祉まつりにキッズカフェを出店します。
そこで、いっしょにお手伝いをしてくれるスタッフを募集します。

★　キッズカフェ　★
・い　つ　３月８日（日曜）
　　９時～１５時（福祉まつり内）
・どこで　福祉まつり会場
・内　容　飲み物や軽食を作って接客・販売します。

★　事 前 研 修　★
・い　つ　２月２８日（土曜）１３時３０分～１６時３０分
・どこで　西都市児童館
・内　容　接客マナー研修・調理実習と試食・当日準備など

【対 象 者】小学５・６年生　中学生　高校生
【定　　員】１０名（両日とも参加できる方を優先します。）
【申込締切】２月１７日（火曜）（定員になりしだい締め切り）

パネルシアター研究会「パレット」公演

２月９日(月)　１０時３０分～１１時３０分　・・・乳幼児対象
パネルシアター、歌、リズム遊びなど楽しい時間です。
是非参加して下さい。　　参加費：無料

お願い　児童館では、手洗いうがいの励行をお願いしていますが、感染症予防のためタオルをおいていません。
必ずハンカチを持参して下さい。

あなたのパソコンは大丈夫ですか？

２月２日は情報セキュリティの日です。また、２月１日から２月２９日までの期間は「ボットウィルス駆除活動強化月間」となっています。
あなたのパソコンを守るためにもチェックと対策をしましょう！

● **ボットウィルスとは？**
- あなたの個人情報を悪用することを目的に作られた危険なコンピューターウィルスです。
- 感染すると、遠隔操作であなたのパソコンを操作して個人情報やクレジットカードの番号等を盗み不正利用します。
- 感染しても目立った症状がでないため、ほとんどの方が気づいていません。

● **ボットウィルスの駆除・対策手順はこちら**
（サイバークリーンセンター）
ｈｔｔｐ：//ｂｏｔ．ｃｃｃ．ｇｏ．ｊｐ/

● **感染しないためのポイント**
感染しないためには、以下の３つの対策が重要です。

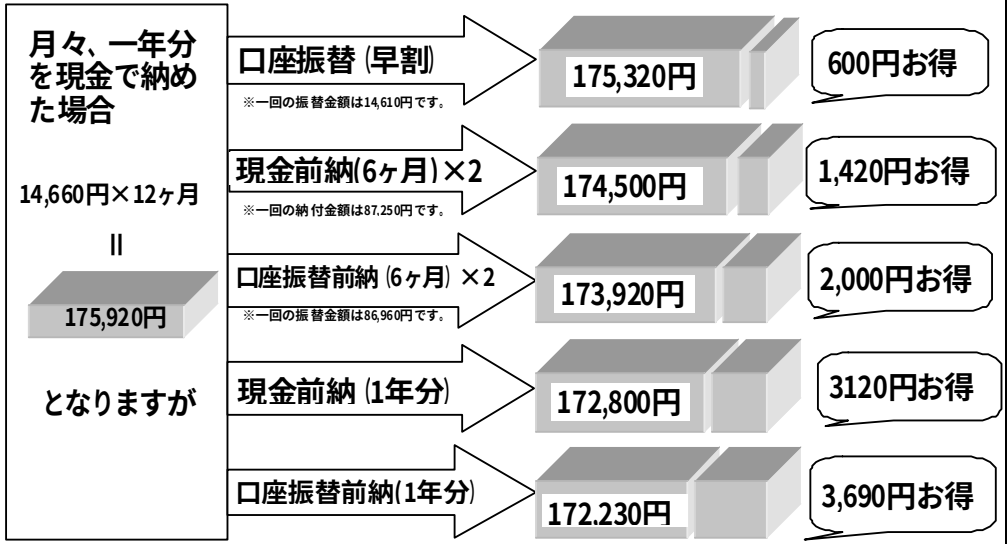
① Windows Update を行う。
② ウィルス対策ソフトを導入する。
③ ブロードバンドルーターを使ってインターネット接続をする。

【問い合わせ先】

情報流通行政局情報セキュリティ対策室
担当：竹山補佐、長屋係長
ＴＥＬ：０３－５２５３－５７４９
ＦＡＸ：０３－５２５３－５７５２
E‐mail：itsecurity@ml.soumu.go.jp

国民年金の保険料は口座振替・前納がお得！

手続きは一度だけ！それに割引制度もあります。



口座振替の方法は「4種類」

①口座振替……毎月の保険料を翌月末に口座より引落
②口座振替（早割）・・・・翌月末引落を、当月末引落にすると、月額50円割引
③口座振替前納（6ヶ月分）・・保険料を4月末・10月末に半年分引き落とします。
④口座振替前納（1年分）・・・・保険料を4月末に1年分引き落とします。

申込について

お申込は、引き落としを希望される金融機関窓口でお願いします。
また、4月末に引落される1年前納・6ヶ月前納を希望される方は、**2月末**までの手続きが必要です。

国民年金のお問い合わせやご相談は、
西都市役所　市民課年金係　　電話　４３－１１１１（内線2105～7）
高鍋社会保険事務所　　電話　２３－５１１１

恩給欠格者、戦後強制抑留者、引揚者の皆様へ

特別慰労品の請求期限（平 21 年 3 月 31 日）がせまっています。

恩給欠格者、戦後強制抑留者、引揚者の「ご本人」に特別慰労品を贈呈しています（ご遺族の方は対象となりません）。「引揚者」は、終戦の日まで引き続き 1 年以上外地で生活していて戦後引き揚げてきた家族全員が対象です。

請求書は西都市役所福祉事務所の窓口に置いてあります。

請求期間は、平成 21 年 3 月 31 日までです。

資格要件などのお問合せは、独立行政法人平和祈念事業特別基金まで
（無料電話　0120－234－933　月曜～金曜　9 時 15 分～17 時 15 分　土日休）

ホームページアドレス　http://www.heiwa.go.jp

（文書取扱：西都市福祉事務所障害福祉係）

宅内排水工事のお願いと依頼について

下水道が整備され、お住まいの地域が下水道を利用できる区域になりますと、汲み取り便所は３年以内に水洗便所に改造し、浄化槽の場合はすみやかに下水道に接続する排水設備工事を行わなければならないことになっています。

まだ宅内排水設備工事のおわっていない方、特に３年を経過した区域の方は、お早めに西都市下水道排水設備等指定工事店にお申し出下さい。

指定工事店登録更新について

これまで排水設備指定工事店として登録していた工事店については、平成 21 年 3 月 31 日で登録期間満了となりますので、下記の期間中に登録更新の手続きを行って下さい。

登録更新受付期間
3 月 19 日(木曜)～3 月 26 日(木曜)　8 時 30 分～17 時（土日祝日を除く）

登録更新申請については、この期間以外は受付けません。

【お問い合わせ】
西都市上下水道課　下水道工務係　電話０９８３－４３－１３２６

宮崎労働局からのお知らせ

宮崎県最低賃金は『６２７円／時間』です

（平成２０年１０月２６日より）

最低賃金制とは、最低賃金法に基づき、国が賃金の最低限度を定め、雇用者は、その最低賃金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとされている制度です。仮に最低賃金額より低い賃金を労使合意の上で定めても、それは法律により無効とされ、最低賃金額と同額の定めをしたものとみなされます。

１．最低賃金は、業種等に関係なく、また臨時・パート・アルバイトなどを含めたすべての労働者に適用されます。

２．最低賃金には、次の賃金等は含まれません。
① 皆勤手当・通勤手当・家族手当
② 賞与等の臨時の賃金
③ 時間外手当などの割増賃金

３．宮崎県には、このほかに次の４つの産業別最低賃金が決められています。

業　種	改定後の時間額	効力発生日
部分肉・冷凍肉、肉加工品、処理牛乳・乳飲料、乳製品製造業	６５４円	平成２０年１２月３１日
電子部品・ﾃﾞﾊﾞｲｽ・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	６８４円	平成２０年１２月３１日
各種商品小売業	６６７円	平成２０年１２月３１日
自動車（新車）小売業	６９６円	平成２０年１２月３１日

最低賃金に関するお問い合わせ
宮崎労働局 労働基準部 賃金室　TEL　０９８５－３８－８８３６
（文書取扱：商工観光課）

退職者医療制度見直しに伴う保険証などの切り替えについて

昨年４月から始まった後期高齢者医療制度に伴い退職者医療制度の見直しが行われ、**国民健康保険の退職者医療制度の被保険者で65歳に到達された方と、その被扶養者の方については一般の国民健康保険へ切り替わることになり保険証が変更になります**（これに合わせて限度額適用・標準負担額減額認定証・特定疾病療養受療証・限度額適用認定証（以下、保険証など）も変更になります）。

該当される方には新たな保険証などをお送りします。
（市役所での申請などは必要ありません）

記載されている交付年月日（もしくは発効期日）**からお使いください**（それまでは従来の保険証などをお使いください）。

※退職者医療制度から一般の国民健康保険への変更によって保険税や医療機関での個人負担の変更はありません。

ご不明な点は下記までお問合せください。
健康管理課国保係　℡４３－０３７８

生ごみ処理機器購入費の補助について

西都市はごみ減量のため、生ごみ処理機器購入費の補助を行っています。申請は生活環境課で随時受け付けています。

【補助金額】
コンポスト　　購入金額の１／２（上限５千円）
電動生ごみ処理機　　購入金額の１／３（上限２万円）

【補助の対象】
補助金交付の対象となる処理機器は、コンポストは一世帯につき２基、電動生ごみ処理機は一世帯につき１基を限度とします。

【申請に必要なもの】
- **領収書（宛名が申請者で、店の印のあるもの）**
  ※申請日よりさかのぼって３０日以内の領収書に限ります。
- **カタログや取扱説明書等型番が分かるもの**
- **申請者本人の通帳（補助金は口座振込になります）**
- **印鑑(認めでかまいません)**
- **世帯員の市税完納証明書（税務課にて発行しています）**

（問い合わせ：生活環境課　℡４３－３４８５）

資源ごみ（金属類）のごみの出し方について

市民の皆様におかれましては、毎日のごみの分別作業ありがとうございます。
さて、現在ごみの分別は大変良くなってきていますが、「金属類」のごみの出し方について下記の点をもう一度確認をしていただくようお願いします。

□ **スプレー缶やカセットボンベ等のガス缶は使い切った後、必ず穴を開けて出して下さい。冬場は鍋物シーズンということもあり、特にカセットボンベのごみ出しが多いようです。まれに穴が開いていない物が混入してしまい、残ったガスによる収集車火災や火災には至らなかったものの処理施設内での発火事故が実際に起きていますのでご注意をお願いします。ライターについても必ず使い切ってから出してください。**
□ **電気コードや家電品に付いているコードは５０㎝程度に切って出して下さい。**
□ **カミソリやカッターの刃、刃物類は新聞紙やビニール袋等で包み、「キケン」等の表示をして、外から見えるようにごみ袋に入れて出して下さい。**
□ **缶詰缶等はきれいに洗って出して下さい。**
□ **油缶等は新聞紙等の上で逆さまにして油をしっかり切って出して下さい。**
□ **乾電池が使用してあるものは、乾電池を外して出して下さい。**
□ **傘等を出される場合は、袋から飛び出していてもかまいません。**
□ **パソコンの付属品で、本体から取り外し可能なマウス、キーボード等は金属類で出して下さい。**　**（問い合わせ：生活環境課　℡４３－３４８５）**

テレビジョン放送受信料補助金の交付について

住宅防音事業対象区域内の世帯に対し、テレビジョン放送の放送受信料の一部を補助しています。1月にご案内しましたように、下記要領にて申込みを受付けておりますので、該当される世帯は、申込期間内に請求されますようお知らせします。

《申込期間》**1月26日（月曜日）～　2月20日（金曜日）**
（土,日,祭日は除きます。）
《受付時間》**午前9時　～　午後4時　(昼休み時間は除きます。)**
《受付場所》市役所　建築住宅課
《対象世帯》・NHKと放送受信契約を締結し、受信料を完納されていること
・補助額　　年額3,600円
・一世帯に一契約とし、住宅以外(店舗・事務所など)は除きます
・NHK放送受信料の半額について助成を受けている地域は除きます
・テレビジョン放送受信料補助金の交付に関する規則により交付します。
《必要書類》①　交付申請書（受付場所に用意してありますので、午前9時～午後4時の間に取りに来て下さい。）
受付時間外に取りに来られる方は事前にご連絡下さい。
②　受信料の支払いを確認できるもの（領収証,通帳など）
③　印鑑(シャチハタ及びゴム印は不可)
④　補助金は今年からすべて振込になりますので、申請者の通帳(ゆうちょ銀行は除く)をお持ちください。
《その他》　・申請は、個人でもできますが、なるべく代表者をきめて、地区ごとに申請していただきますようお願いします。
《問い合わせ先》　市役所　建築住宅課　電話　43-1111　　内線　2505

テレビジョン放送受信料補助区域図

▨　テレビジョン受信料補助区域

子宮がん集団検診（20歳以上）があります

～今年度、最後の集団検診です。お忘れなく！電話予約が必要です

子宮がんは、２０歳～３０歳代の若い女性に増えています。がんの初期は無症状なので、気づかない間に進行する可能性があります。しかし早期発見なら１００％治ります。２０歳以上の女性は、年に１回は必ず『子宮がん検診』を受けましょう！！

☆下記の日程で実施します

日　　程	曜 日	受　付　時　間	検　診　場　所
2月24日	火曜	９時～９時３０分	三財支所
		１０時３０分～１１時	都於郡支所
		１３時～１３時３０分	保健センター
2月25日	水曜	９時～９時３０分	保健センター
		１０時３０分～１１時	穂北支所
		１３時～１３時３０分	三納支所

対象：西都市在住の２０歳以上の女性

※Ｈ２０年４月以降に子宮がん検診（医療機関・集団）を受けられた方は、対象外です。

●申し込み：お電話で申し込みください。
申し込み締切　２月１７日（火曜）
健康管理課　健康推進係　　☎４３－０３７８（直通）

●　料金　：1,000円（70歳以上の方、市民税非課税世帯の方、生活保護の方は無料になります。証明書を持参してください）

●※国民健康保険に加入されている方、農協婦人部に加入されている本人、家族の方は、保険証や農協助成券を持参してください。

☆市内指定医療機関でも子宮がん検診を実施しています。

（文書取扱：健康管理課　健康推進係）

乳がん検診のご案内

～今年度は２月まで実施します。～

乳がんは30歳から64歳までの女性のがん死亡原因のトップです。初期のうちは痛みなどの自覚症状はほとんどありません。そのまま放置すると乳腺の外にまでがん細胞が増え、全身に広がることがあるので、早期発見が重要なポイントとなる病気です。早期発見すれば治癒率も高いので、月１回は自己検診を習慣づけ、40歳になったらマンモグラフィー検査、超音波を伴う検査を２年に１回は受けるようにしましょう。

１，対　象　者　：西都市の住民で、***40歳以上の女性***（ただし、2年に1回の検診なので平成19年4月～平成20年3月に西都市の乳がん検診を受けられた方は対象外となります。）

２，実施医療機関：(鶴田病院)　2月27日まで実施
および検診日　　※市に申し込み後病院に予約必要

３，検　診　料　：3，000円
（国民健康保険の方は1,500円補助があります。70歳以上の方、市民税非課税世帯及び生活保護世帯の方は無料になりますので証明書を病院受付に提示下さい。）

４，申　込　先　：健康管理課に2月17日までに電話で申し込みください
（氏名、住所、生年月日、電話番号、希望病院、希望日時）

（文書取扱：健康管理課　健康推進係　TEL　43－0378）

2月1日から7日は、生活習慣病予防週間です。

メタボリックシンドロームとは、肥満、なかでもお腹内臓のまわりに脂肪がつく「内臓脂肪型肥満」の人が、脂質異常や高血圧、高血糖のいずれか２つ以上をあわせ持っている状態です。

☆おもに食べすぎや運動不足などの悪い生活習慣から起こるものですが、早期の段階ではほとんど自覚症状がないため、静かに進行していきます。そのまま放置しておくと、動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中といった命に関わる病気につながります。

＊＊メタボリックシンドロームを予防・解消しよう＊＊

☆身体活動を増やそう
- ●乗り物をひかえ、歩くようにする
- ●掃除、洗濯などの家事をしっかりする
- ●テレビを見ながら体操する
- ●時間を決めて散歩する

☆気軽に楽しくできる運動をしよう
- ●筋力ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ（腹筋・スクワット・腕立て伏せ）
- ●有酸素運動（ウォーキング・自転車・水泳）
- ●ストレッチング

☆食生活を改善しよう
- ●腹八分目にしよう
- ●よく噛んで食べよう
- ●バランスよく食べよう
- ●就寝３時間前までには食事をすませる
- ●１日３食食べる

☆ 禁煙・節煙しよう

喫煙は、内臓脂肪の蓄積を促進します。

☆ お酒の適量を守ろう
- ● 週に２日は休肝日を設け、肝臓をいたわろう。

（適量の目安）
焼酎：１合、日本酒：１合、
ビール：中ビン１本、
ワイン：グラス２杯

（文書取扱：健康管理課）

歯っぴーきっず（2歳児歯科健診）

そろそろ乳歯も生えそろい、むし歯も増えてくる２歳のお子さんとその保護者を対象に「歯っぴーきっず（２歳児歯科健診）」を行います。親子で楽しく学びませんか？

＊日　程：**平成２１年２月２５日（水曜）**
１３時３０分～１５時３０分（受付　１３時～１３時３０分）
＊場　所：市保健センター
＊内　容：歯科健診・歯科医師講話・ブラッシング指導
フッ素塗布（希望者のみ）
＊対　象：平成１８年６月～８月生まれのお子さんと保護者。
平成１８年３月～５月生まれで１１月に参加していないお子さんと保護者。
＊持ってくるもの：母子手帳・タオル
＊申込み：参加希望の方は、**必ず予約が必要になりますので**
２月２０日（金曜）までに健康管理課（電話４３－０３７８）にご連絡ください。

（文書取扱：健康管理課　健康推進係）

映画 劇映画 三九の年賀状 上映！

■日　時：２月２２日（日曜）①午後１時、②午後４時、③午後７時
■会　場：文化ホール（パオ３階）
■入場券：前売り１，２００円・当日１，８００円
前売り券は以下で発売中！
・ギャラリー夢たまご（42－0027）
・パオインフォメーション（43－5222）
・西都原ガイダンスセンターこのはな館（43－6230）
・Ａコープ西都店（43－5172）